

ほろだより



おおさかさやましりつだいなしょうがっこう 保健室
大阪狭山市立第七小学校

平成29年 6月

6月に入り、もうすぐ梅雨の季節がやってきます。じめじめと暑い日が続きますので、熱中症に気をつけてください！特に水分補給は、こまめにしましょう。

さて今月は、2つの保健行事があります。1つ目は、ハンカチ・ティッシュ・つめの衛生検査です。2つ目は、はみがきカレンダーです。5月の歯科検診では、歯科医の先生方から、「歯はきれいでした。しかし、学年が上がるごとに、はみがきが不十分な人が増えています。」と指導していただきました。ぜひ今回ののはみがきカレンダーでは、家族の人とも協力してがんばってくださいね！

えいせいけんさ

衛生検査をします！

(ハンカチ・ティッシュ・つめ)



5月30日の児童朝礼で、ハンカチ・ティッシュ・つめのチェックについて、保健委員会から連絡ありましたね。

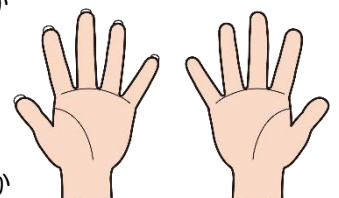


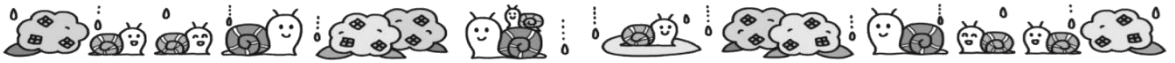
これから夏になり暑くなるにつれて、食中毒などの危険が増えてきます。予防のためには、手洗いがとても大切です。しかし、手を洗った後に服でふいてしまったり、そのまま自然乾燥させていることはありませんか？手に水分が残ったままだったり、服についた菌を手につけてしまうと、せっかく手を洗ったのに意味がなくなってしまう。毎日ハンカチを持ってきて、ふ

くようにしましょう！また、ティッシュも持つてくるようにしてください。クラスにもティッシュがありますが、いつでも使えるように自分用に用意しておきましょう。

また、今回のつめの検査では、手のひらから見て、指先からつめが見えている人には、「帰ったら切ってください」メモを渡します。これをもらったら、自分で切れる人は自分で、自分で切ることが難しい人は、おうちの人に切ってもらってください。

2日間の検査のうち、どちらにどの検査があるかは、当日までわかりません。何が検査されても良いように準備してきてくださいね！





えいせいけんさ けんさび 衛生検査の検査日

- ❖ 1～3年生 6月5日(月)・7月3日(月)
- ❖ 4～6年生 6月7日(水)・7月5日(水)

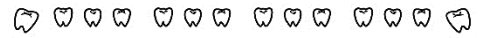
保護者の方へ

上記の日程で、ハンカチ・ティッシュ・つめの検査を行います。つめの検査の日に、メモを持って帰ってきたら、つめを切るよう声かけをお願いします。お忙しい中申し訳ありませんが、それぞれ準備・確認のご協力をお願いいたします。

はみがき カレンダー

今年もあります！！
6月12日(月)～
18日(日)

*詳しいお知らせは、
後日配布します。

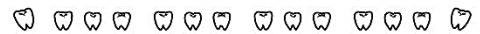


かみごたえのあるものを食べよう

よくかむと消化を助けるだけでなく、肥満を防いだり脳の働きを活発にしたりするなど良いことがたくさん！ 次のような食べ物も積極的にとって、日頃からよくかむことを意識したいですね。

〈かみごたえのある食べ物〉

- かたいもの：スルメイカ、にぼし、フランスパン、ナッツ、せんべいなど
- 食物せんいの多いもの：セロリ、ごぼう、にんじん、りんごなど
- 弾力のあるもの：こんにゃく、たこ、いか、きのこ、海そうなど



ちょこっと アウトメティアチャレンジ感想

ぜんぶ青にぬれてうれしかったです。次もがんばります。
2年生

まとめの年なので、最後には青で全部ぬれるようになりたいです。
6年生

子どもとの会話や一緒に遊ぶことが増え、充実した1日を過ごせました。
おうちの人より

保護者のみなさまへ

先日は、トイレ掃除用のぞうきんの寄付にご協力くださいまして、ありがとうございました。引き続き、受け付けておりますので、よろしく
お願いします。